

Profesorado de Educación Física.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
Centro Regional Universitario Bariloche

PROGRAMA DE CÁTEDRA: Deportes Regionales Estivales 1.

AÑO ACADÉMICO: 2011.

CARRERA A LA QUE PERTENECE:

Profesorado de Educación Física.
Trayecto orientado: A) Actividades Regionales de Montaña.

PLAN DE ESTUDIOS Nº: 0435 (22 de diciembre del 2003).

RÉGIMEN: Anual.

EQUIPO DE CÁTEDRA:

- **Eduardo López,** **Profesor regular adjunto a cargo de cátedra.**
Profesor Nacional de Educación Física, CRUB – UNC.
Instructor de Escalada en Roca y Hielo, AAGM.
Habilitación profesional como Guía de Alta Montaña, PPA y PNNH
Guía de Cordillera y Trekking, AAGM, APN.
- **Máximo Schneider,** **Ayudante de Primera. PAD en algunas prácticas en terreno.**
Guía de Alta Montaña, AAGM.
Instructor Nacional de Escalada, FASA.
Habilitación profesional como Guía de Alta Montaña, PNNH y PPA.
Pístero Socorrista de primero grado, AAPS, FASA.
- **Jorge Puga,** **Asistente de Docencia y Ayudante de Primera.**
Guía de Cordillera y Trekking, AAGM.
Habilitación profesional como GTC, PNNH y PNLG.
Pístero Socorrista de primer y segundo grado, AAPS, APN.
- **Tomás Vilariño,** **Asistente de Docencia.**
Profesor Nacional de Educación Física, CRUB – UNC.
Guía de Trekking en Cordillera, AAGM.
Habilitación profesional como GTC, APN.
- **Lilén Reising,** **Ayudante de Primera.**
Profesor Nacional de Educación Física, CRUB – UNC.
Habilitación profesional como Guía de Trekking, APN.
- **Ayudante alumno.**

Aclaración a las abreviaturas:

- AAGM: Asociación Argentina de Guías de Montaña.
- FASA: Federación Argentina de Esquí y Andinismo.
- PNNH: Parque Nacional Nahuel Huapi.
- PNLG: Parque Nacional Los glaciares.
- CRUB: Centro Regional Universitario Bariloche. -
- UNC: Universidad Nacional del Comahue.
- CAX: Comisión de Auxilio.
- CAB: Club Andino Bariloche.
- AAPS: Asociación Argentina de Pisteros Socorristas.
- PPA: Parque Provincial Aconcagua.
- GTC: Guía de Trekking en Cordillera Asociación Argentina de Guías de Montaña.
- GT: Guía de Trekking.

ASIGNATURA CORRELATIVA: Actividades en el Entorno Regional.

1. FUNDAMENTACION Y PROPUESTA:

La asignatura se dicta en el tercer año de la carrera citada.

La propuesta se relaciona con las incumbencias profesionales que los alumnos obtendrán como título habilitante para desarrollarse una vez recibidos como Profesores de Educación Física en actividades de baja y mediana complejidad en montaña (al respecto se puede ver incumbencias del título y la habilitación en montaña).

Debido a que la materia es parte del proceso de formación de tres años en la orientación, en la misma, se continúan con las actividades relacionadas con la prevención, seguridad y técnica en medios naturales como lo son el trekking y travesías en terreno de baja y media complejidad y con breves pasajes técnicos con y sin nieve, potenciando las técnicas de guía y elección del itinerario, profundizando las actividades en roca, más la escalada deportiva en muro artificial, ampliando así los conocimientos específicos de estas modalidades del montañismo y/o andinismo.

2. PROPÓSITOS:

A) Propósitos generales:

Favorecer que el alumno obtenga un conocimiento acorde a la futura titulación, en actividades de montaña, poniendo énfasis en el desarrollo personal y la seguridad en su desenvolvimiento.

Acercar el montañismo y sus modalidades a la comunidad, desde el rol de futuro Profesor de Educación Física, especialista en actividades recreativas en montaña.

B) Propósitos específicos:

Favorecer en el alumno el desarrollo de su individualidad y la relación con sus semejantes.

Favorecer la toma de conciencia de conservación e interrelación con el medio.

Favorecer la condición física.

Favorecer la continuidad de la experiencia de manejo de grupos en la montaña.

Favorecer la movilidad y destreza técnica del alumno en el medio.

Favorecer mediante la práctica un manejo seguro y eficaz de los elementos técnicos.

3. CONTENIDOS SEGÚN PLAN DE ESTUDIOS (contenidos mínimos):

Equipo específico de seguridad y escalda en roca. Trekking y travesías 2: Planificación y organización de una salida. Desarrollo de salidas en terreno no técnico. Desplazamiento en baja y media montaña en época estival. Campamentos planificados en montaña. Técnicas de guiada y manejo de grupos. Lectura de terreno y elección de itinerario. Prácticas de cartografía y orientación. Uso básico del geo – posicionador satelital (GPS) en el terreno. Iniciación a la escalada. Técnicas básicas de escalada deportiva. Reuniones: triángulo de fuerzas, triángulos de fuerzas parcial y relevo. Iniciación a las técnicas básicas de escalada. Historia regional del montañismo.

4. CONTENIDO PROGRAMA ANALÍTICO:

UNIDAD 1:Equipo general. Revisión.

Calzado. Indumentaria. Mochilas. Equipo personal específico. Carpas. Bolsas de dormir. Calentadores a combustible y a gas. Diferencias.

UNIDAD 2:Trekking. Travesías sobre terreno no técnico.

Técnicas de guiada y manejo de grupos, revisión y ampliación. Condición física. Manejo de grupo. Entrenamiento. Travesías sobre terreno no técnico. Progresión de grupos. Didáctica de las técnicas de progresión. Lectura de terreno y elección de itinerario.

Planificación y organización de una salida de uno a siete días en montaña, con campamento y/o refugio. Desplazamiento en baja y media montaña en época estival e invernal. Categorización de los senderos del Parque Nacional Nahuel Huapi.

Protocolos de seguridad.

Introducción y posibilidades sobre una planificación de actividades recreativas de montaña adaptadas a personas con discapacidad.

UNIDAD 3:Orientación.

Orientación con y sin instrumentos. Uso de la brújula. Mapa topográfico. Lectura e interpretación de mapas. Aplicación en el medio. Uso del altímetro. Uso básico del GPS en el terreno. Navegación con carta, brújula y GPS.

UNIDAD 4:Equipo técnico sobre roca.

Cuerdas. Casco. Arnese. Cordinos. Cintas. Mosquetones con y sin seguro. Descensores. Zapatillas de escalada. Anclajes: distintos tipos sobre roca: Naturales; Anclajes pasivos: stoppers, excéntricas, clavos fisureros; Anclajes móviles: friends rígidos y flexibles, camalots; Anclajes fijos: spits, parabolts y químicos. Posibilidades de cada clasificación.

UNIDAD 5:Seguridad y técnica en roca.

Nudos de encordamiento: ocho reconstruido y doble. Nudos de amarre: estático, dinámico. Nudos de unión: cintas planas, doble pescador. Nudos autoblocantes: prusik, uso del tibloc o similar. Adujado de la cuerda, cordines y cintas.

Técnicas básicas de escalada. Aproximación a las técnicas específicas: adherencia, chimeneas, dülfer, fisuras.

Prácticas con cuerda de arriba. Aseguración al compañero.

Ascensos con cuerda fija. Travesía con seguros intermedios.

Rappel escuela. Tipos de descenso, con prusik arriba del descensor.

Escalada deportiva en muro artificial, seguridad y técnica específica.

Progresión real en roca (teórico). Rappel real o reunión de abandono (teórico).

UNIDAD 6: Reuniones en roca.

Ecuación de anclajes en roca. Concepto de reunión. Triángulo de fuerzas, triángulos de fuerza parcial o antishock y relevo. Análisis de la calidad del anclaje y del terreno en roca. Ángulos de las reuniones.

UNIDAD 7: Equipo específico sobre terreno nevado.

Botas. Crampones. Piolet. Indumentaria específica.

UNIDAD 8: Seguridad y técnica sobre terreno nevado.

Tránsito. Medidas de seguridad, lugares y formas de desplazamiento. Campamento en medios nevados. Nociones básicas del manejo del piolet.

Anclajes en nieve: posibilidades, estacas, muertos, hongos.

Reuniones en nieve: posibilidades, triángulo de fuerza parcial, relevo.

Técnicas de autodetención: sin elementos técnicos, con piolet y con piolet y crampones.

UNIDAD 9: Historia del Montañismo.

Historia del montañismo regional y nacional. Evolución hasta los días actuales.

Distintas modalidades: alpinismo y andinismo. Senderismo, trekking, roca, nieve, hielo, mixto, alta montaña. Escalada deportiva. Escalada artificial o en muro. Competencias actuales.

Relación con las propias modalidades que se trabaja en la materia.

Grados de dificultad: interpretación, formas de cotación y diferentes escalas. Guías de escalada.

5. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA Y DE CONSULTA:

- Anuarios Club Andino Bariloche.
- Cuadernillo de escalada en hielo AAGM.
- Escalada libre - Técnicas y entrenamiento - Ed. R. M.
- Guía curso de Guías de Trekking en Cordillera – AAGM.
- Guía de escalada Cº Otto - E. López.
- Guías de escalada en el Frey - Garibotti, R.
- Guía práctica del excursionista I y II - Ed. R. M.
- Nieve, Hielo y Roca - Rebuffat, G. - Ed. R.M.
- Manual práctico de montañismo - Ed. Peters - Ed. R. M.
- Seguridad en Nieve - Apuntes P. Friedrich.
- Séptimo grado - Messner, R. - Ed. R. M.
- Técnica de hielo - I. Chouinard - Ed. R. M.
- Manual de Avalanchas. - Ed. Desnivel.
- Compilación de apuntes en nieve por Máximo Schneider.
- Prevención, Seguridad y Autor rescate en montaña. - M. Murcia. - Ed. Desnivel.

- Seguridad y Riesgo, I y II. - Pitt Schubert. - Ed. Desnivel.
- Anclajes para Escalada / Chapa y Sigue. - Jhon Long. - Ed. Desnivel.
- Orientación. - Ed. Desnivel.
- Orientación para alpinistas avanzados. Máximo Murcia, Editorial Desnivel, 2002.
- Revistas Desnivel.
- Manuales Desnivel, desde 1993 en adelante. Consultar catálogo de libros de la editorial.
- Cuadernos Técnicos escuela italiana de guías, 2002.

Algunos de estos libros se encuentran en la biblioteca del Centro Regional Universitario Bariloche, y también en las bibliotecas del Club Andino Bariloche y la Escuela Militar de Montaña de Bariloche.

6. PROPUESTA METODOLÓGICA:

La materia se desarrollara mediante clases teóricas y prácticas donde el eje fundamental se centra en la seguridad en el medio y en la didáctica de las actividades. Los teóricos se dictarán una vez por semana con una duración de 2 horas y en ellos se verán contenidos conceptuales que están en íntima relación con las prácticas.

En la actividad práctica, se desarrollan contenidos conceptuales abordados en los teóricos y se explican y desarrollan otros contenidos conceptuales, actitudinales y procedimentales. Las mismas tienen distintos tiempos de duración, de acuerdo a los contenidos y lugares en que se deben trabajar.

Como apoyatura a las clases teórico - prácticas se incorpora el registro en la página de la materia dentro de la Plataforma de Educación de Universidad Nacional del Comahue. Allí se brinda material teórico y un permanente contacto entre la cátedra y los alumnos. A través de este sistema, se llevarán adelante trabajos prácticos sobre las unidades de la asignatura.

Apoyando esta integración entre teoría y práctica, la cátedra establece un horario de consulta de dos horas por semana.

7. EVALUACIÓN Y CONDICIONES DE ACREDITACIÓN:

1) ASISTENCIAS (Alumnos Regulares):

a) Asistencia a las salidas prácticas:

- Los certificados médicos por enfermedades (y/o lesiones) o por trabajo deberán ser presentados antes de la salida práctica (o teórico) a NO realizar, o con un máximo de 48 horas hábiles posterior a la realización de la práctica (o teórico). El certificado se deberá presentar al Departamento de Educación Física, a través de mesa de entrada. Se computará la mitad de la totalidad de la falta. Si el certificado es referente a su salud, el alumno se comprometerá a presentar el alta médica; hasta entonces no podrá cursar la parte práctica.
- Todo alumno que participe en una actividad oficial (torneos o competencias) deberá acreditar antes de la misma un certificado debidamente autorizado. La forma de presentación será de igual manera al punto anteriormente descripto. En todos los casos, se computará la mitad de la asistencia.
- Ayudantes alumnos del CRUB: los alumnos que estén nombrados para ayudantías en otra materia de la carrera, deberán presentar su cronograma anual de trabajo en la materia. La forma de presentación será de igual manera al punto anteriormente descripto. En todos los casos, se computará la mitad de la asistencia.
- Se debe cumplir un mínimo de asistencia para regularizar la asignatura. (Ver al final del Cronograma de Salidas prácticas).

b) Asistencia a los teóricos:

Los teóricos tienen régimen de asistencia, debiendo el alumno asistir al 80% de los teóricos dictados. Podrán presentar certificados exactamente igual a la parte práctica, manteniendo las mismas condiciones. Habrá quince minutos de tolerancia una vez comenzada la clase, pasado ese lapso, el alumno

tendrá media falta. De la misma manera quien se retire antes de los quince últimos minutos de clase, también tendrá media falta. Quien no acredite la asistencia del mencionado 80% al momento de rendir el parcial, quedará libre, debiendo recurrar la asignatura o bien rendirla como Libre.

2) REGULARIZACIÓN DE CURSADO:

a) Alumnos regulares:

- **Cursado Teórico:**

Se tomarán dos parciales escritos, uno al final de cada cuatrimestre. Cada parcial tiene su recuperatorio.

Para regularizar, la nota de cada parcial tiene que ser como mínimo de 6 (seis). Los alumnos que saquen en el parcial menos de 6 (seis) tienen obligación de recuperar. En el recuperatorio el alumno debe obtener como mínimo 6 (seis), de lo contrario, recurrará la materia o la rendirá como Libre. Del mismo modo si el alumno falta, y la misma es injustificada.

Para promocionar el teórico hay que obtener como mínimo 8 (ocho) en cada uno de los parciales.

La no asistencia a uno de los parciales teóricos presentando el correspondiente certificado, hará que se fije otra fecha para tomar el parcial. En este caso podrá mantener la promoción si obtiene más de ocho. En caso de tener que recuperar se fijará la nueva fecha para el recuperatorio. En caso de faltar o desaprobado el recuperatorio, se recurrará la materia o la rendirá como Libre.

- **Cursado Práctico:**

Las prácticas tienen distintos puntajes, para regularizar la materia es necesario alcanzar el valor mínimo de puntos (Observar condiciones en Cronograma de salidas Prácticas).

El alumno que no cumpla con el mínimo del valor requerido recurrará la materia.

Las prácticas que no se realicen por problemas ajenos a los alumnos, se computarán en la suma de puntos como realizadas.

Las prácticas a las que los alumnos no concurren, no se recuperan y los temas de las mismas se darán por sabidos.

La nota final de la parte práctica será el resultado del proceso de todo el año del alumno, en donde se observará el avance y compromiso personal. Habrá una única nota práctica, al final del segundo cuatrimestre.

Se puede promocionar la parte práctica con 8 (ocho) o más.

Entre 6 (seis) y 7,99 se regulariza la materia, debiendo luego rendir examen final práctico (ver condiciones para rendir).

Quien obtenga menos de 6 (seis) en la parte práctica durante la cursada, recurrará la asignatura o la rendirá como Libre.

- **Trabajos prácticos:**

Durante el año se plantearán trabajos prácticos desde el sitio de la PEDCO, los cuales tienen que ser presentados en tiempo y forma y también aprobados. Quien no cumpla con dos trabajos prácticos no presentados o desaprobados, recurrará la materia.

b) Examen Final Regulares:

Este examen está dividido en dos partes independientes; un examen teórico y uno práctico.

Aquellos alumnos que deban rendir final teórico y práctico lo tienen que hacer en forma conjunta y se podrán rendir ambos en las mesas de Octubre, Noviembre, Diciembre, Febrero, Marzo y Abril.

- **Examen Final Teórico:**

Es escrito u oral. Se evaluarán los temas teóricos vistos, más los conceptos teóricos de los prácticos. Se aprueba con el 60% del examen.

En caso de tener que rendir el examen final teórico y el examen final práctico, para pasar a este último, hay que tener aprobado el final teórico.

- **Examen Final Práctico:**

Este examen consiste en una evaluación de las aptitudes del alumno para desenvolverse en la roca en la faz de seguridad y técnica. Si desaprueba el práctico habiendo aprobado el teórico en la mesa de diciembre, se guardará la nota siempre y cuando rinda en la mesa próxima del mismo ciclo, (Ejemplo: si rinde en Diciembre y desaprueba lo práctico, la nota del teórico se le guardará hasta la mesa de Abril del mismo ciclo. Pero si se da el mismo caso en Abril, deberá rendir el examen completo en el próximo ciclo o año).

Hay que presentarse a rendir con todo el equipo necesario, lo que incluye el equipo imprescindible de roca y para su momento el de nieve.

Se evaluarán: todos los nudos que figuran en el programa, adujado de la cuerda, tipos de equalización de reuniones, descenso de rappel y destreza técnica del alumno/a en una vía de hasta quinto o quinto más grado francés (habrá una sola oportunidad de caerse. En la eventual segunda vez, se desaprobará el examen). Esta última evaluación será en la modalidad de escalada con cuerda de arriba. Aseguración al compañero. Cualquier maniobra de seguridad mal efectuada hará que se desapruebe el examen.

También se evaluará en otro día, conceptos de la unidad 7 y 8 en forma teórico práctica. El alumno deberá contar con el equipo mínimo para el medio, ver protocolo de seguridad. El examen constará de tres partes: a) técnicas de autodetención, b) anclajes y reuniones en nieve y c) movilidad y seguridad en el medio nevado.

3) Alumnos Libres:

La materia se puede rendir libre; en este caso se evaluará al alumno/a con un examen dividido en dos partes, una teórica y una práctica. Primero se rinde el teórico y de aprobar, el examen práctico que se divide en tres días distintos: roca, orientación y nieve. El detalle del examen en roca y nieve se puede ver en final práctico para alumnos regulares. El lugar para éste examen será fijado por la cátedra con la debida anticipación, pudiendo variar por razones climáticas u otras causas justificadas.

El examen práctico se divide en tres días diferentes: uno la parte de roca ya descripta y también de nieve, y en otro se evaluarán conceptos de la unidad 2 y 3 en forma práctica, mediante un circuito en el que se navegará en el terreno con brújula y GPS mediante una carta.

Las condiciones de aprobación son iguales a las de los alumnos regulares.

El alumno debe rendir este examen con el programa de la materia del año en que rinde.

8. DISTRIBUCIÓN HORARIA:

- Teóricos: jueves de 13:00 a 15:00 horas.
- Prácticos: ver cronograma de salidas prácticas.
- Horario de consulta: martes, 14:00 a 16:00 horas, CRUB.

9. CRONOGRAMA TENTATIVO:

Cantidad de días, orden, lugares y contenidos durante las prácticas.

1° Cuatrimestre

Orden	Fecha	Días	Horas Académicas	Valor	Práctica, lugar y contenido.
1°	A y B: 19/3	1	3,5 horas	7 puntos.	Virgen de las Nieves (práctica de escalada en roca). Iniciación a los nudos específicos de escalada. Iniciación a las técnicas básicas de escalada. Escalada con cuerda de arriba. Descenso en rappel.
2°	A y B: 27/3	1	3,5 horas	7 puntos.	Piedras Blancas. Mismos temas que en la práctica anterior de Virgen de las nieves (práctica de escalada).
3°	A y B: 3/4	1	2,5 horas	7 puntos	Virgen de las Nieves. Práctica de orientación con carta y brújula.
4°	A: 9-10/4 B: 16-17/4	2	18 horas	12 puntos	Travesía Cerro López – Laguna Negra – Ascensión Cerro Negro y/o Ascensión Cerro Negro. Trekking, manejo de grupo y guiada. Elección del itinerario. Pernocte en refugio.
5°	A y B: 30/4	1	3,5 horas	7 puntos.	Piedras Blancas. Continuidad de prácticas anteriores, nudos específicos de escalada. Iniciación a las técnicas básicas de escalada. Escalada con cuerda de arriba. Descenso en rappel. Colocación de anclajes naturales, pasivos y móviles. Cuerda fija.
6°	A y B: 7/5	1	2 horas	7 puntos.	Muro artificial (Pehuenes). Escalada deportiva. Escalada en mini-muro y en muro, con aseguración automática.
7°	A y B: 21/5	1	2 horas	7 puntos.	Muro artificial (Pehuenes). Escalada deportiva. Escalada en mini-muro y en muro, con aseguración automática.

Total: 10 días.

2° Cuatrimestre

Orden	Fecha	Días	Horas Académicas	Valor	Práctica, lugar y contenido.
1°	A y B: 13/8	1	2 horas	7 puntos	Muro artificial (Pehuenes). Escalada deportiva. Escalada en mini-muro y en muro, con aseguración automática.
2°	A y B: 20/8	1	2 horas	7 puntos	Muro artificial (Pehuenes). Escalada deportiva. Escalada en mini-muro y en muro, con aseguración automática.
3°	A y B: 3/9	1	3,5 horas	7 puntos	Piedras Blancas. Armado de reuniones (triángulos de fuerza, relevos y triángulo de fuerza parcial). Diferenciación de los anclajes fijos.

4°	B: 17-18/9 B: 24-25/9	2	15 horas	15 puntos	Zona Cerro Chall-Huaco. Prácticas sobre las unidades 7 y 8. Intento de ascensión al cerro Chall-huaco.
5°	B: 1/10 A: 2/10	1	5 horas	12 puntos	Zona Estepa, Ñirihuau arriba. Trabajos en grupo y técnicas de guiada. Trabajos con cartas, brújula y GPS.
6°	A y B: 8/10	1	3,5 horas	7 puntos	Piedras Blancas, o zona de laguna El Trébol. Armado de reuniones (triángulos de fuerza, relevos y triángulo de fuerza parcial). Diferenciación de los anclajes fijos.
7°	A:5-6/11 B: 19-20/11	2	13 horas	12 puntos	Travesía Carbón – Estratos – Refugio Neumeyer – Ñirihuau. Trabajos en grupo y técnicas de guiada. Trabajos con cartas, brújula y GPS. Pernocte en refugio. Prácticas sobre unidades 7 y 8.
8°	Última 5 días febrero o primeros 10 días de marzo de 2012.	4	30 horas	15 puntos.	Zona Cerro Catedral. Campamento. Técnicas de guiada (aplicación). Trekking por la zona de Catedral Sur, valle del Campanile y laguna Schmoll. Prácticas de escalada en roca con cuerda de arriba, escaladas con cuerda fija y descenso en rappel en la zona.

Total: 11 días.

- Sobre un total de 136 puntos, el alumno deberá asistir a 122 puntos, pudiendo tener 14 puntos de inasistencia.

- Las fechas y lugares podrán ser modificadas con debida antelación e información a los alumnos y a la institución, por causas climáticas u otras razones justificables. Las mismas serán comunicadas oportunamente en la cartelera virtual PEDCO y la cartelera del CRUB.

10. NUMERO DE DOCENTES Y ALUMNOS POR COMISIÓN:

Cada comisión estará compuesta como máximo por 20 alumnos. Más información ver Protocolo de Seguridad de la materia.

11. EQUIPO NECESARIO PARA LAS PRÁCTICAS (alumnos):

Para las prácticas en roca, primer cuatrimestre es imprescindible (equipo de seguridad personal):

Casco, arnés de cintura, descensor (preferentemente que no sea ocho), cinta de autoseguro (cinta cosida de 1,20 a 1,40 cm de largo o margarita/Daisy chain), 2 mosquetones con seguro (1 hms y uno común), 1 mosquetón simple, 1 cordón de 6 mm de 2 metros, (El material tiene que ser homologado, normas CE y/o UIAA). Para quien tenga Daisy Chain, deberá contar con dos mosquetones con seguro para dicha cinta.

Para la práctica a Virgen de las Nieves (práctica de escalada en roca) en el primer cuatrimestre, los alumnos deben contar con el casco como mínimo. Para la primera práctica del segundo cuatrimestre en Piedras Blancas, el alumno deberá contar con todo el equipo especificado arriba como condición excluyente.

Opcional: tibloc o similar (ascendedores) (sólo para cuerda fija), jumar o similar más un mosquetón de seguro (se puede optar por uno de los dos, mini bloqueador o bloqueador). (Los ascendedores serán provistos en este año por los docentes; de todas formas, quien pueda conseguir va a ser indudablemente mejor).

Zapatillas de escalada, magnesiera.

Estos elementos pueden no ser necesarios en su totalidad en cada salida práctica; se aclarará antes de la misma el equipo obligatorio necesario.

Equipo mínimo de trekking y travesías:

Mochila 60/70 litros, botas de trekking o similar, polainas, crema protectora solar, lentes con protección uv, campera y Cobre pantalón (tipo gore – tex o similar), gorro y guantes, linterna frontal con pilas nuevas, bolsa de dormir, aislante. Grupal: carpa, calentador y juego de cocina. Antes de cada práctica se aclarará que equipo habrá que llevarse.

Con nieve: botas dobles y/o similares, crampones, piolet, indumentaria específica.

Para más detalles ver Protocolo de Seguridad de la asignatura.

12. ACLARACIONES:

En la materia se trabaja con comisiones. Se contempla la división en 2 o más comisiones cuando los alumnos superen el número de 20 (ver Protocolo de Seguridad de la cátedra y relación docente / alumno).

Debido al mal tiempo, algunas de estas fechas, pueden sufrir modificaciones.

Este esquema se basa en lo convenido con el Departamento de Educación Física, de disponer de los viernes, sábado, domingos para realizar las salidas prácticas en las materias del área.

A) PRÁCTICAS ASISTIDAS:

Se realizarán prácticas asistidas con la presencia de un docente fuera de las salidas de campo de carácter académico, puntualmente detalladas en este programa. Existe una ordenanza aprobada por Consejo Directivo del CRUB.

B) DETALLE DE LA ACTIVIDAD PRÁCTICA DE DEPORTES REGIONALES ESTIVALES 1 – 2011:

Detalle de los días de semana que se utilizarán por actividad práctica:

Jueves: para la última práctica de cerro catedral.

Viernes: para la última práctica de cerro catedral, y posiblemente alguna práctica de un día.

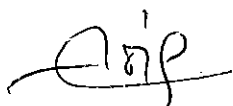
Este esquema se basa en lo pactado de disponer de los sábados y domingos para montaña, y los días viernes que se detalla anteriormente.

La materia se dictará: de Marzo a finales de Junio y de mediados de Agosto a comienzos de Marzo del siguiente ciclo lectivo, para especificar fechas ver calendario académico del CRUB. El dictado abarca lo teórico y lo práctico.

Cronograma de prácticas de Deportes regionales estivales 1: El mismo contempla la división en 2 comisiones, A y B (separadas). Puede haber excepciones, podrá arribarse al lugar pero una vez allí se trabajará por separado. Será informado con la debida anticipación a las autoridades y a los alumnos.

Todas las prácticas están condicionadas y regidas por el protocolo de seguridad, lo que significa que si bien, no figura de forma explícita, el equipo obligatorio y las normas de seguridad están presentes en cada una de las prácticas.

Se aclara que si bien al presentar el programa, la parte práctica tiene fechas establecidas, las mismas se podrán variar para adaptarlas a las mejores condiciones de práctica, informando al Departamento, Secretaría Académica y Alumnos con la debida antelación.



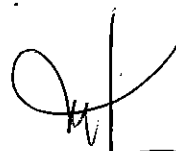
Eduardo López
A/c de cátedra



CONFORMIDAD DEL DEPARTAMENTO
(firma y aclaración)

Silvia Zampa

CONFORMIDAD DEL CENTRO REGIONAL UNIVERSITARIO BARILOCHE
(Firma y aclaración)



Prof. Marisa N. Fernandez
Secretaria Académica
Centro Regional Universitario Bariloche
Universidad Nacional del Comahue

Obs.: misas fono de abas de bibliografía